

ОПРЕДЕЛИТЬ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ НАВЫКИ ФУТБОЛИСТОВ НАМЕРЕВАЛСЯ ИСПЫТАНИЙ ОБЩЕЕ ОПИСАНИЕ

Муминов Ферузжон Ильхомович

Бухарский государственный педагогический институт, факультет физической культуры, преподаватель кафедры «Физическая культура и спорт»

Ключевые слова: анализ делать движение способность, движение навыки, тесты надежность, физический прилагательные, генетический условия

Научно-методическая книги и виды спорта работа упражняться анализ делать вот и все показывает, что человека авторикша много многочисленные исследовать делать несмотря на движение способности принадлежит один ряд проблемы

остаётся малоизученным. Это особенно навыки для конкретных видов спорта измеримый оценка проблемы принадлежит.

Вот и все отношение с мы игроков движение способности тест игроков особенный подготовка тестов два сложный (на поле игроки и вратари для) на строительство, также раньше известен был тестов один сколько модификации практиковать текущий предложить сделать мы попытались.

Проблема выявления и классификации двигательных способностей человека всегда интересовала исследователей. из, Губа В.П. (2015) морфобиомеханические, психологические и генетические двигательные способности человека на ставки входит. Его по его мнению в соответствии с этот движение навыки быстрый, конечно и сильный обучение способность (генетический условно). Этот проблема С.Ю. Тюленков (2007) другой описывает она движение способности легкий конечно и сильный обучение определяет коллектив качество как смотрит на этот качеств конечном итоге определяет уровень двигательной подготовленности, которого спортсмен достигает во время тренировки. По мнению автора, каждый человек обладает определенными двигательными способностями, т. будет талант. Тип и степень этих способностей врожденные, обусловленные средой и воспитанием. оговорено. Много движение способности обычный дневник действия выполнять в течение проявление будет Вот и все с вместе, спортсмена физический и технический подготовка их в базе который развивает движение способности их в деятельности проявление пока это не скрытый существование останется.

Массачусетс Годик и АП Скородумова (2010) видя исходящий к проблеме немного другой они приближаются По их мнению, двигательные навыки можно

определить достаточно однозначно — «высокая определенность набор умений, знаний и навыков, определяющих двигательную работоспособность» можно описать как Авторы традиционно определяются термином «навыки действия». вещь - координация движение способности иначе параметры другой вещь это не что они считаютони есть только генетика предварительные уведомления с это не, возможно фенотипа функции с слишком определен.

Определяя понятие координации движений, А.Д. Скрипко (2004) отмечает, что это спортивная техника освоить содействие "генетический фундамент" организовать делает. Координация Совершенное владение техникой движения, естественно, при условии рационального высокого уровня подготовки. позволяет. В этом понимании координация движений является признаком или предшественником, а техника считается способным совершенствоваться в процессе обучения. Приступаем к двигательным навыкам если мы автор их один ценным образом "Двигаться передний рефералы" как понимает.

Движение способности индикаторы следующее существование является:

- действие понимание;
- новый действия обучения быстрота;
- действия освоения сила.

Такой интерпретация в процессе "движение способности" и "координатный способности" взаимно очень около понятия подарок делает в этом "координатный способности" Когда ты говоришь центральный нерв система функции надежный интегрированный понимание психомоторных свойств возможный

Существующие разногласия по проблеме моторики в целом понятны. потому что это «открытие» способностей, унаследованных качеств и выработанных в процессе обучения Определение качеств до сих пор остается нерешенной проблемой. Только известно, что основа наследования передается от родителей к детям и в значительной степени формирование и развитие организма (его ответ на внешние воздействия и онтогенез другой развитие поэтапно ставки). генетическая информация. ФУНТ По Волкову (1981), наследство существование генетика перехода Обмен данными процесс проявление по определенным законам, эти законы наилучшим образом подходящий в виде входящего качества проявление возможный

Мы работаем над построением теста на моторику уже несколько лет. проведенный. Она игроки (в основном студенты) к действий сложный состоит из выполнения различных двигательных заданий, имеющих координационную структуру. Более характерный тест назначение в выборе мы этот – генотип элементов (сложный координация состав определять)сложное оборудование и инструменты, обладающие большим резервом и в то же время простые в

исполнении Это должен быть достоверный, достоверный и информативный тест, не требующий оборудования. сказал мы исходили из ситуации.

Этот тест включает в себя прыжки с одной ноги на другую и удары по мячу внутренней стороной подошвы ног. на основе большого количества ударов. Оценка – это количество полных циклов гребка, выполненных за одну минуту. номер организовать делает. Тест два раз готово (попытки между интервал 5 минута). Два попытки большинство хороший результат теста окончательный составляет цену.

Тест выполнять в течение действия процесс Глубже анализ делать с вот и все примечание делать может быть она «моторный генотип» все элементы, точно пока:

- 1) нервно-мышечный координация способность;
- 2) действия управлять возможность;
- 3) несовершенство двигательных движений за счет обратных импульсов корректирующий механизмов точность;
- 4) по сути движение и частично чтобы увидеть анализаторов активность показывать;
- 5) реакции быстрота;
- 6) баланс, прежде всего динамическое равновесие шлюха делать;
- 7) время и ширина (пространство и время) восприятие делать;
- 8) почувствовать оптимальные величины сил подходящий придет.

Предложение делается тест исполнения простота (Рисунок 1), в общем когда его координация сложность о не свидетельствует. Основной координационные способности, этот:

- дифференциация (разница) способность;
- баланс способность;
- быстрый реакция показывать способность;
- приспособление способность;
- цель получать способность;
- взаимно к действиям Залезай способность;
- способность чувствовать ритм существование Считается

Этот тест спрашивает, могут ли вышеупомянутые координационные навыки быть оценены индивидуально. вопрос родился Этот на вопрос строго отвечать повторение возможный Из этого ниже быть доставленным – предложение делается в тесте действий состав теоретический анализ показаний дам.

Дифференциация (разница) способность : тест ваши действия исполнения точность и бережливость, работа в исполнении вступил в действие мышечное напряжение, также цикл быстрота действий оценивает. Эта способность заключается в эффективном выполнении двигательной задачи при выполнении

двигательного акта. с точки зрения сила, время и ширина конечно восприятие делать основа существование Считается В футболе этот прилагательные, например определенный мяч на расстояние четкая передача в течение появляется.

Способность к равновесию : тест заключается в поддержании и возврате к относительному равновесию при выполнении движения. оценивает (динамический баланс). Это ось тела по отношению к мячу, движущемуся между ногами. будет о сохранении баланса вокруг. Эта способность в первую очередь основана на тактильных, кинетических, чтобы увидеть и прежде всего данные вестибулярного анализатора лгут.

Быстрый реакция показывать способность : тест в этом все основной мышца группы участие который короткий срок движение движение исполнения быстрота оценивает. Этот способности уровень отест начать сигнал от данного повторяющийся движение пока это не закончится прошлое время показания дам.

Приспособление способность : тест цикл действия выполнять в течение действия программа, также заранее в глаза не пойман или в глаза пойманный ситуация к телу когда речь идет о его изменять и обменноценивает. Этот не так много большой не случилось – глаз с если он увидит быть и действия программы честность что требует корректировки параметров времени, ширины и силы структуры движения при сохранении подлежит изменению. В основе этой способности лежат прежде всего зрительные, тактильные, кинетические и в меньшей степени уровень звук из анализаторов получение данных и им обработка процесс ложь

Цель получать способность ; в тесте хороший к результату достигать тела характеристика (оптимальный) поза а также отслеживание и перемещение действия через минимальные промежутки времени во время выполнения действия объединение будет зависеть от изменения его относительно движущегося объекта (мяча). Этот способность каждый другой вроде информация, прежде всего тела ситуации изменять всегда измененный в положении стоя путем прицеливания из многих точек (противник, партнер, мяч) в определенное место (на стадионе) к визуальной информации, которая особенно важна во время футбольного матча зависит от будет

Взаимно к действиям Залезай способность : предложение делается тест тела другой части назначение выполнять для действия ширина, время и динамичный параметры интеграция брать оценивает целесообразность организации будущих действий. Во время выполнения теста цикл в действиях тела все части участие что это будет организовать в процессе время фактор большой важность занятедостаточно. Ширина фактор действия каждый один следующий элемент только один от ноги второй к ногеможно выполнять только

после принятия телом определенного положения после чередующихся прыжков значит быть. Этот тест требует, чтобы сила была оптимальной при ударе по мячу, этот широта-время параметры полный взаимно действия с предоставлен. Этот способность футбол во время игры большое значение, где организация и исполнение действий столь же изменчивы, как мяч, партнер, соперник цель получать точки счет получать с сделанный увеличивать должен Его на основе по сути кинетический данные и информация, полученная при просмотре ложь

Ритм чувство делать способность : тест его собственный действия состав через - чтобы вставить догонять и вносить динамические изменения в структуру движения повторяющегося цикла давать возможность давать координация способности оценка возможный Этот кинетический анализаторы целенаправленное восприятие собственного ритма (внутреннего) на основе анализа раздражителей в процессе выражается. Этот чувство "Плотник эффект" что называется фактор - тест правопреемника его собственный виды спорта опыт и мотивация с внимательно будет подключен.

Способность работать с высокой частотой движений : тест повторяющихся координационных способностей. действия тела все части с, в частности нижний части с макс. частота с выполнять оценивает через Эта способность в основном зависит от состояния центральной нервной системы, так как центральная антагонистический, при котором нервная система быстро переключается с возбуждения на торможение и с торможения на возбуждение мышцы группы деятельность координация обеспечивает. Из этого приходит вышел без этот способности база - центральный нервной системы функциональный считается подготовкой.

Ссылки

1. Ibragimov A. K., Mo'minov F. I. Methodology of optimization of training for young players //International Journal For Innovative Engineering and Management Research. – Т. 10. – С. 43-48.
2. Ilkhomovich M. F. Methods of Developing Strength of 12-15 Year Old Football Players //European Journal of Innovation in Nonformal Education. – 2022. – Т. 2. – №. 1. – С. 273-276.
3. Ilxomovich M. F. Methodological Basis for The Formation of Football Training //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 355-363.
4. Ilxomovich M. F. THE ANALYSIS OF THE DYNAMICS OF THE VOLUME AND QUALITY OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF YOUNG PLAYERS' PERFORMANCE //Web of Scientist: International Scientific

Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 343-354.

5. Mo'minov F. Ёш футболчиларнинг жисмоний ривожланишининг ўзига хос хусусиятлари, уларнинг жисмоний тайёргарлигининг кўпроқ барқарор кўрсаткичларини танлаб олиш //Центр научных публикаций (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.

6. Mo'minov F. YOSH FUTBOLCHILAR O'QUV MASHG'ULOTLARINI OPTIMALLASHTIRISH METODIKASI //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 3. – №. 3.

7. Mo'minov F. FUTBOL SPORTIDA MASHG 'ULOT JARAYONLARINI BOSHQARISH ASOSLARI //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.

8. Ilhomovich M. F. Methodology of Teaching Football to Students of Different Ages //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 127-131.

9. Fatullayeva M. Methods of Technical Improvement of the Football Player //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2022. – Т. 19. – №. 19.

10. Ilxomovich M. F. Features of the educational and training process of young football players at the stage of initial training //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1314-1320.

11. Muminov F. Pedagogical fundamentals of development of physical qualities of young football players.

12. Ilxomovich M. F. Introducing New Pedagogical Technologies into the Process of Football Lessons in Higher Education //Nexus: Journal of Advances Studies of Engineering Science. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 24-29.

13. Ilxomovich M. F. YOSH FUTBOLCHILARNI TEXNIK VA TAKTIK TAYYORGARLIGINI OSHIRISH SAMARADORLIGI //INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL. – 2022. – Т. 3. – №. 6. – С. 97-102.

14. Muminov F. I. THE ANALYSIS OF THE DYNAMICS OF THE VOLUME AND QUALITY OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF YOUNG PLAYERS'PERFORMANCE //Физическая культура. Рекреация. Спорт. – 2022. – С. 612-622.

15. Mo'minov F. Methods of Developing Strength of 12-15 Year Old Football Players //Buxoro davlat universitetining Pedagogika instituti jurnali. – 2022. – Т. 2. – №. 2.

16. Mo'minov F. FEATURES OF THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING //Buxoro davlat universitetining Pedagogika instituti jurnali. – 2022. – Т. 2. – №. 2.

17. IBRAGIMOV A., MO'MINOV F. YOSH FUTBOLCHILAR O'QUV MASHG'ULOTLARINI OPTIMALLASHTIRISH METODIKASI //PEDAGOGIK MAHORAT. – С. 24.

18. Муминов Ф. И. ОСНОВЫ ОТРАБОТКИ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ДВИЖЕНИЙ С МЯЧОМ В ФУТБОЛЬНОМ МАТЧЕ //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 92-96.

19. Ilxomovich M. F. FUTBOL O'YINIDA TO'P BILAN HARAKAT QILISH TEXNIKASI VA TAKTIKASINI ISHLAB CHIQUISH ASOSLARI //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 88-91.

20. Ilxomovich M. F. THE BASICS OF DEVELOPING TECHNIQUES AND TACTICS OF MOVING WITH THE BALL IN A FOOTBALL GAME //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 84-87.

21. Ilxomovich M. F. FEATURES OF THE PROCESS OF TRAINING YOUNG PLAYERS IN BEGINNER TRAINING GROUPS //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 17. – №. 3. – С. 97-101.

22. Ilxomovich M. F. YOSH FUTBOLCHILARNI TEXNIK VA TAKTIK TAYYORGARLIGINI OSHIRISH SAMARADORLIGI //INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL. – 2022. – Т. 3. – №. 6. – С. 97-102.

23. Mo'minov F. I. FUTBOL SPORTIDA MASHG'ULOT JARAYONLARINI BOSHQARISH ASOSLARI: 10.53885/edinres. 2021.57. 22.074 Mo'minov FI Vuxoro davlat universiteti, Vuxoro, O'zbekiston //Научно-практическая конференция. – 2021.

24. Ilxomovich M. F., TAYYORGARLIGINI Y. F. T. V. A. T., SAMARADORLIGI O. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE //SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL. – 2022. – Т. 3. – №. 6. – С. 97-102.